

Hindi bababa sa 50% ng mga tao ang maaaring magkaroon ng HPV sa isang punto ng kanilang buhay.

Karamihan ay hindi alam na mayroon sila nito.



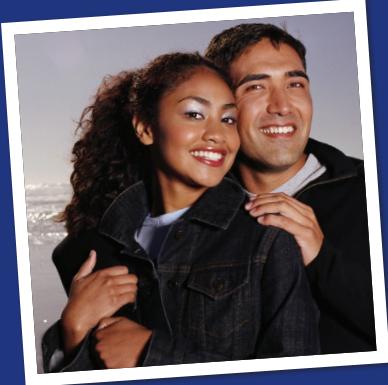
Kaya mong protektahan ang iyong sarili at ang iyong mga mahal sa buhay mula sa mga posibleng epekto ng HPV.

Includes English version on page 17



Centers for Disease Control and Prevention
National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion

HPV
Common Infection.
Common Reality.[™]



Masasagot ng booklet na ito ang iyong mga katanungan tungkol sa:

■ Ano ang HPV?	3
■ Paano Nagkakaroon ng HPV ang Mga Tao?	5
■ Mga Genital Wart at HPV	6
■ Ang HPV at Mga Kababaihan	8
■ Ang HPV at Mga Kalalakihan	11
■ Paano Maiwasan ng Mga Kalalakihan at Kababaihan ang HPV?	13
■ Alamin ang Iba Pang Impormasyon	14
■ Mga Pagkukunan ng Panggamot	14

Ano ang HPV?

- Ang genital human papillomavirus (pap-ah-LO-mah-VYE-rus)—tinatawag ding HPV, ay isang karaniwang virus na humahawa sa mga cell ng balat.
- Mayroong humigit-kumulang na 40 klase ng HPV na puwedeng makahawa sa mga genital area ng mga kalalakihan at mga kababaihan. Ang mga klaseng ito ay naipapasa sa pamamagitan ng sexual contact.
- Kadalasan, nilalabanan ng katawan ang HPV bago ito magdulot ng mga problemang pangkalusugan. Sa dahilang ito, karamihan ng mga taong may HPV ay walang sintomas at hindi alam na may impeksyon sila.
- Pero minsan, hindi nilalabanan ng katawan ang HPV. Sa ganitong mga kaso, ang HPV ay maaaring magdulot ng mga problema sa kalusugan katulad ng:
 - Mga genital wart sa mga kalalakihan at kababaihan;
 - Cervical cancer sa mga kababaihan;
 - Ibang hindi pangkaraniwang uri ng kanser sa kalalakihan at kababaihan katulad ng anal cancer.
- Ang HPV ay karaniwan sa mga kalalakihan at kababaihan.

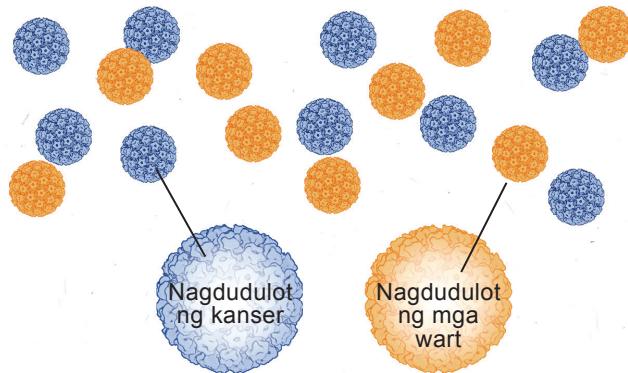


Ang cancer ay isang sakit kung saan ang mga cell sa katawan ay nagiging abnormal at wala sa control.

Kasama sa mga klase ng HPV na nakakaapekto sa mga genital area:

1. Ang ilan ay maaaring magdulot ng mga genital wart (tingnan ang pahina 6).
2. Ang ilan ay maaaring magdulot ng ilang uri ng mga kanser (tingnan ang pahina 8 at 11).

HPV



Ang mga klase ng HPV na maaaring magdulot ng kanser ay iba sa mga klase na pwedeng pagmulan ng mga genital wart.

Paano maaaring magdulot ng ilang mga kanser ang HPV?

Maaaring gawing abnormal ng HPV ang mga normal na cell sa katawan. Hindi makikita o mararamdaman ng tao ang mga pagbabagong ito sa cell. Kadalasan sa mga kaso, nilalabanan ng katawan ang HPV at ang mga cell ay bumabalik sa normal. Pero kung hindi, at dahil sa HPV, maaaring maging cancer ang mga cell na ito sa paglipas ng panahon. Taon ang inaabot para magkaroon ng kanser matapos magkaroon ng HPV ang isang tao.

Mahalagang malaman na kadalasan, ang mga taong may HPV ay hindi magkakaroon ng genital warts o cancer mula dito.

Paano Nagkakaroon ng HPV ang Mga Tao?

- Puwede kang makakuha ng HPV sa pamamagitan ng sex o genital-to-genital na contact sa taong mayroon nito. Maipapasa rin ang HPV sa pamamagitan ng oral sex.
- Karamihan ng mga tao ay nagkakaroon ng HPV—at naipapasa ito—nang hindi man lang ito nalalaman.

HINDI ka makakakuha ng HPV mula sa:

- Mga upuan ng palikuran (toilet seats);
- Pagyayakapan o paghahawak ng kamay;
- Pagging marumi o walang kalinisan (bad hygiene);
- Pag-share ng pagkain o mga kubyertos;
- Pag-langoy sa mga pool o hot tub;
- Sakit mula sa kasaysayan o lahi ng pamilya (namana).



Maaari kang magkaroon ng HPV, kahit na:

- Taon na ang lumipas mula nung ikaw ay huling nakipagtalik;
- Wala kang anumang senyales o sintomas.

Mga Genital Wart at HPV

Ano ang mga genital wart?

- Ang mga genital wart ay nakikitang mga butlig sa genital area ng mga kalalakihan at kababaihan.
- Maaari itong nakaumbok o flat, at maliit o malaki.
- Ang mga ito ay karaniwang hindi masakit.
- Wala itong banta sa buhay. Maaari itong mahirap para sa isang tao na pangasiwaan.



Humigit-kumulang sa 1% ng mga sexually active na tao sa U.S. ang may mga genital wart sa anumang panahon.

Paano ako magkakaroon ng genital warts?

- Puwede kang magkakaroon ng mga genital wart kung ikaw ay magka-sexual contact sa isang kasiping na may HPV, kahit na walang makikitang senyales ng warts ang iyong kasiping.
- Puwedeng lumabas ang mga wart ilang linggo, buwan o taon matapos ka ma-expose sa HPV.
- Sa mga kadahilanang ito, walang siguradong paraan para malaman kung kailan o kanino mo nakuha ang genital warts.

May test ba para mahanap ang mga genital wart?

Walang STD test para sa mga genital wart. Pero, puwedeng gumawa ng visual inspection ang mga doktor para maghanap ng mga genital wart. Puwedeng gumamit ng suka o vinegar solution ang ilang mga doktor para maghanap ng mga wart—pero ang test na ito ay minsan maling kinikilala ang normal na balat bilang isang wart. Kung sa iyong palagay ay mayroon ka ng mga genital wart, dapat kang magpatingin sa isang doktor o nars.

Magagamot ba ang mga genital wart?

- Oo, maraming mga paraan para gamutin ang mga genital wart, kasama ang mga cream at ibang mga panggamot na puwedeng gamitin ng iyong tagapangalaga na ipahid. Maaari mo rin ipa-freeze off ang mga wart o ipaalis sa doktor.

- Pero ang panggamot ng mga genital wart ay hindi nangangahulugan na nagamot na ang umiiral na HPV. Sa dahilang ito, karaniwan para sa genital warts na bumalik pagkatapos ng gamutan, lalo na sa unang 3 buwan.
- Kung naiwang hindi nagamot, ang mga genital wart ay maaaring mawala, manatiling pareho o lumaki o dumami.

Ang genital HPV ay iba sa HIV o herpes.

May mga paraan ba para maiwasan ang paghawa ng mga genital wart sa mga kasiping?

Mapapababa mo ang pagkakataong makahawa ng mga genital wart sa (mga) kasiping sa pamamagitan ng pag-iwas sa sexual activity hanggang mawala ang warts. Ang palagian at tamang paggamit ng condom ay makakababa rin sa pagkakataong makahawa ka ng mga genital wart sa kasiping kung tinatakpan ng condom ang (mga) apektadong lugar.

Kung mayroon akong mga genital wart, ano ang kahulugan nito para sa akin at sa aking kasiping?

- Dapat mong sabihin sa iyong kasiping kung mayroon kang mga genital wart dahil maaari mo siyang hawaan nito. May mga bagay kang magagawa para mapababa ang pagkakataon na mahawaan ang iyong kasiping ng mga wart [tingnan sa itaas].
- Ang mga kasiping matagal nang magkasama ay karaniwang parehong may HPV. Maaaring may HPV ang kasiping mo kahit na wala pa siyang senyales o sintomas.
- Makakatulong sa iyo at sa iyong kapareha ang mga screening para sa ibang mga sexually transmitted disease (STDs).
- Hindi malinaw kung may anumang benepisyong pangkalusugan ang pagsabi sa panibagong kasiping ang tungkol sa nakaraang diagnosis ng mga genital wart (kapag ang warts ay nagamot na at wala na). Ito ay dahil hindi alam kung gaano katagal kang mananatiling nakakahawa matapos ang pagpapagamot.

HPV at Mga Kababaihan

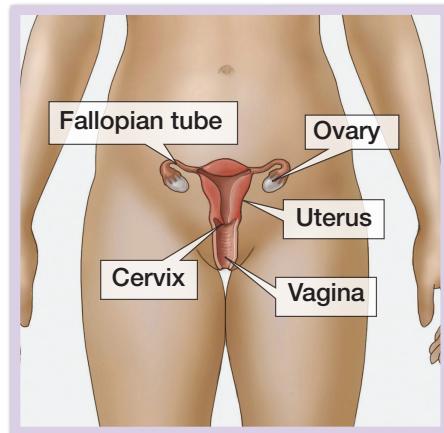
Ang cervical cancer ang pinakamalalang problema sa kalusugan na dulot ng HPV sa mga kababaihan. Pwede rin magdulot ang HPV ng mga kanser sa vulva, vagina, anus, at oropharynx (isang uri ng mga kanser sa ulo at leeg, sa paligid ng likuran ng dila at mga tonsil). Pero ang mga kanser na ito ay hindi kasing karaniwan ng cervical cancer.

Ano ang cervical cancer?

Cervical cancer ang tawag sa tumutubong cancer sa cervix ng babae (puwang ng uterus o sinapupunan ng babae).

Karaniwan ba ang cervical cancer?

Bawat taon sa Estados Unidos, humigit-kumulang 12,000 mga kababaihan ang nagkakaroon ng cervical cancer. Sinumang babae na nakipagtalik na ay nasa panganib na magkaroon ng cervical cancer. Pinakakaraniwan ito sa mga kababaihan na nasa edad na 30 taong gulang pataas. Pero ang cervical cancer ay ang pinakamaiwasang kanser sa mga kababaihan-- sa pamamagitan ng mga bakunang HPV at mga regular na screening test (ginagamit para matukoy ang maagang mga senyales ng sakit).



Ang magandang balita ay: maiwasan ang cervical cancer sa pamamagitan ng mga bakuna at mga regular na screening test.

Tingnan ang pahina 14 para sa mga panggamot upang makakuha ng karagdagang impormasyon tungkol sa kanser.

Mga Screening Test para sa Mga Kababaihan

- Nakakatulong ang screening test dahil naaagapan nito ang mga problema bago ka pa magkasakit.
 - Ang Pap test ay isang screening test para sa cervical cancer. Nagahanap ito ng abnormal na mga cell sa iyong cervix na puwedeng maging kanser sa paglipas ng panahon. Sa gayon, ang mga problema ay mahahanap at maaagapan bago pa ito maging kanser.
 - Ang mga kababaihan ay dapat magsimulang magpa-Pap test tatlong taon makalipas silang unang makipagtalik, o bago mag-edad 21, alinman ang mauna.
 - Pagkatapos ng unang Pap test, ang mga kababaihan ay dapat magpa-Pap test nang hindi bababa sa isang beses bawat ika-3 taon.
 - Mahalagang magpa-Pap test kahit na maayos ang iyong pakiramdam.
 - Kung mayroon kang abnormal na Pap test, nangangahulugan na ang iyong cervix ay may mga pagbabago sa cell, kaya dapat siguraduhing magpatingin sa iyong doktor para sa mga follow-up na appointment at testing.
 - Ang HPV test ay maaari rin gamitin para sa cervical cancer screening. Tinitingnan nito ang iyong cervix para sa HPV, na puwedeng magdulot ng mga abnormal na cell. Kung ikaw ay 30-taong gulang o pataas, puwedeng gamitin ng iyong doktor ang test na ito kasabay ng iyong Pap test.

May ilang mga kababaihan na nailang o hindi kumportableng kumuha ng Pap test. Bilang resulta, ang ilang mga Pilipina ay hindi nasusuri at puwedeng mas tumaas ang na panganib na magkaroon sila ng cervical cancer. Nasa 'top 8' na kanser ang cervical cancer bilang sakit na nakakaapekto sa mga Pilipina sa U.S. May ilang mga report na nagsasabing mas maraming mga Pilipina ang nahahanapan ng cervical cancer kumpara sa ibang mga kababaihan. Ngunit, may mga pag-aaral sa ibang mga bahagi ng U.S. na nagsasabing mas mataas ang survival rates ng mga Pilipina kung ikukumpara sa ibang mga kababaihan. Kapag mas maraming mga Pilipina ang kumukuha ng Pap test, mas kaunti ang mga nagkakaroon ng cervical cancer.

Ang pagkuha ng mga regular na Pap test ay makakapaglitgas sa buhay ng isang babae. Mahigit sa kalahati ng mga kababaihan sa Estados Unidos na kumuhang cervical cancer ay hindi kumuha o bihirang kumuha ng Pap test.



Mga Bakuna sa HPV para sa Mga Batang Babae at Dalaga

- May dalawang bakuna (Cervarix at Gardasil) na maaaring gamitin para maprotektahan ang mga babae laban sa mga klase ng HPV na nagdudulot ng karamihang klase ng cervical cancer. Ang isa sa mga bakunang ito (Gardasil) ay nagagamit bilang panglaban sa mga kanser sa ari (vagina), vulva at anus, at pati na rin sa karamihan ng mga genital wart.
- Ang mga bakunang ito ay ibinibigay 3 beses sa loob ng 6 na buwan.
- Pinaka-epektibo ang bakunang ito kapag ito ay ibinigay bago pa man ang unang sexual contact. Dahil dito inirerekomenda ito para sa lahat ng mga kababaihang nasa edad 11-12 taong gulang. Pati ang mga kababaihan na nasa hanggang 26 na edad ay dapat na ring magpabakuna kung hindi pa nila nagagawa ito.
- Ang mga bakunang ito ay malawak nang nasubukan sa mga babae. Ito ay napakaligtas at walang malalang mga side effect. Ang pinakakaraniwang side effect ay ang pananakit sa braso.
- Nagbibigay-proteksyon ang mga bakuna laban sa mga bagong impeksyon ng HPV. Hindi ito nagpapagaling sa kasalukuyang umiiral na mga impeksyon ng HPV o sakit (katulad ng mga genital wart). Hindi rin ito nagagamit bilang panglaban sa mga cervical cancer, kaya ang mga babaeng nagpabakuna na ay mangangailangan pa ring kumuha ng mga regular na Pap test.

Para sa iba pang detalye tungkol sa pag-iwas sa HPV, tingnan ang pahina 13.

Dapat magpabakuna ang mga kababaihan laban sa HPV para maprotektahan laban sa pangkaraniwan at seryosong mga problema kaugnay ng HPV.

Ang HPV at Mga Kalalakihan

- Ang mga genital wart ay kadalasang problema dulot ng HPV sa mga kalalakihan. Kung sa iyong palagay ay mayroon kang mga genital wart, dapat kang magpatingin sa doktor o sa ibang health care provider.
- Maaaring magdulot ng kanser sa ari (penis) at anus sa mga kalalakihan ang ibang mga klase ng HPV. Bibihira ang magkaroon ng ganitong klase ng cancer. Ang ganitong mga cancer ay karaniwang nakikita sa mga kalalakihan na may HIV at sa mga nakikipagtalik sa ibang lalaki. Bawat taon sa U.S., humigit-kumulang 1,000 mga lalaki ang nagkakaroon ng penile cancer, at habang humigit-kumulang sa 1,700 naman ng mga lalaki ang nagkakaroon ng anal cancer.
- Ang HPV ay maaring magdulot din ng kanser sa oropharynx (sa paligid ng likuran ng dila at mga tonsil).



Narinig ko ang tungkol sa bakunang HPV – makakatulong ba ito sa akin?

- Pinoprotektahan ng isang bakuna (Gardasil) ang mga kalalakihan laban sa ilang klase ng mga genital wart at mga anal cancer. Available ang bakunang ito para sa mga lalaki na nasa edad na 9 hanggang 26-taong gulang.
- Ang bakuna ay ligtas at epektibo. Ibinibigay ito nang tatlong iniksiyon sa loob ng anim na buwan.
- Kasalukuyang pinag-aaralan ang bakunang ito upang makita kung magagamit ito para maprotektahan ang mga lalaki sa iba pang mga cancer na kaugnay ng HPV.

May HPV test ba para sa mga kalalakihan?

- Wala. Ang tanging aprubadong test sa HPV na tinatanggap sa merkado ay para sa mga kababaihan, upang makatulong sa pag-screen para sa cervical cancer.

Tingnan ang pahina 13 para sahigít pang impormasiyon tungkol sa pag-iwas sa HPV.

Mahalagang malaman na maari kang magkaroon ng HPV nang walang nakikitang anumang mga sintomas at na maaaring mahawa rin sa iyo ang iyong mga sex partner.

Walang Kailangang Sisihin, Hindi Kailangang Ikahiya ang Pagkakaroon ng HPV.

- Karamihan sa mga taong may HPV ang gusto kaagad malaman kung saan at kanino nila nakuha ito. Ngunit walang siguradong paraan para malaman ito.
- Isa itong karaniwan na virus na kadalasan ay walang ipinapakitang sintomas. Ang isang tao ay maaaring matagal nang may HPV bago pa ito malaman o magdulot ng mga problema sa kalusugan.
- Sa mga dahilang ito, ang pagkakaroon ng HPV ay hindi senyales na ikaw o ang iyong kasiping ay nakikipag-sex sa ibang tao sa labas ng inyong relasyon.
- Kung mayroon kang HPV, iwasang sisihin ang kasalukuyan mong kasiping o pagdudahang siya ay nangangaliwa.

Sa halip, maging tapat sa iyong kasiping at kausapin siya sa maayos na paraan tungkol sa HPV at iba pang mga STD.

Paano Maiwasan ng Mga Kalalakihan at Kababaihan ang HPV?

- **Maaaring magpabakuna ang mga kababaihan at kalalakihan** upang maprotektahan sa mga klase ng HPV na pangkaraniwang nagdudulot ng problema sa kalusugan. Ang bakuna sa HPV ay pinaka-pektibo kapag ibinibigay ito bago pa man ang unang sexual contact, kung saan pwede silang ma-expose sa HPV. Ang mga sexually active na kabataan ay maaari ring mag-benefit mula sa bakuna.
- **Gumamit ng condom sa bawat pakikipagtalik.** **Gumamit ng condom habang nakikipagtalik.** Ang pagagamit ng condom ay makatulong upang maiwasan ang pagkakaroon ng HPV, genital wart at cervical cancer. Pero maaari pa ring mahawaan ng HPV sa mga bahagi na hindi mahaharangan ng condom. Kaya maaaring hindi pa rin sapat ang paggamit nito.
- **Limitahan ang bilang ng iyong mga kasiping.** Kung mas kaunti ang iyong mga kasiping, mas mababa ang pagkakataon na magkaroon ka ng HPV.
- **Maging tapat sa isang kasiping.** Kung mas kaunti ang naging kasama ng iyong kasiping – mas maliit ang pagkakataon niyang magkaroon ng HPV.

Ngunit ang tanging paraan upang hindi magkaroon ng HPV, ay ang pag-iwas sa kahit anong uri ng pagtatalik.

Palitan at gumamit ng panibagong condom sa bawat pakikipagtalik.
Ang condom ay dapat isuot **BAGO** pa man ito dumikit sa kahit anong genital, oral, o anal area, at hindi ito dapat hubarin hanggang sa matapos ang pagtatalik.

Alamin ang Iba Pang Impormasyon:

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa HPV, mga HPV-related cancer, at genital warts, tawagan ang:

The Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636) (Sa Ingles, en Español, libreng tawag, 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo)

www.cdc.gov/hpv

The American Social Health Association

1-800-227-8922

www.ashastd.org

hpvnet@ashastd.org (e-mail)

National Cancer Institute

www.cancer.gov

Mga Pagkukunan ng Panggamot

Libreng mga bakuna laban sa HPV para sa mga lalaki at babae (na hindi pa sumasapit sa 19-taong gulang):

Ang Vaccines for Children (VFC) (Program Programang Pagbabakuna para sa mga Bata) ay naghahandog ng mga libreng bakuna para sa mga bata na nasa edad 19 taong gulang pababa na walang insurance (un-insured) o Medicaid-eligible. www.cdc.gov/nip/vfc/

Nagbibigay din ng libre o murang mga bakuna ang ilang states para sa mga taong walang insurance o hindi sakop ng kanilang insurance and gastos sa pagbabakuna. Maaaring makuha ang mga ito mula sa mga federally qualified health centers (FQHC), mga rural health clinic (RHC), at iba pang mga klinika depende sa state kung saan ka naninirahan.

Libre o murang mga Pap test para sa mga kababaihan:

Women Infants and Children (WIC) (Mga programa para sa Mga Kababaihan, Mga Sanggol at Mga Bata)

www.fns.usda.gov/wic/

Medicaid

1-800-633-4227 (Ingles lang, libreng tawag)

www.cms.hhs.gov/RegionalOffices/

Medicare (kung ikaw ay 65-taong gulang pataas) 1-800-633-4227

(Ingles lamang, libre ang pagtawag)

www.medicare.gov/

CDC National Breast and Cervical Cancer Early Detection Program

1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636) (Sa Ingles, en Español, libreng tawag, 24 oras bawat araw, 7 araw bawat linggo)
apps.nccd.cdc.gov/cancercontacts/nbccedp/contactlist.asp

O

(dito ilagay ang impormasyon ng lokal na Programa)

Humanap na ng panahon para sumangguni. Hikayatin din ang iyong pamilya na humanap ng panahon para sumangguni!

Mga Dapat Malaman

Ang HPV ay hindi dapat katakutan.

Protektahan ang iyong kalusugan at ang kalusugan ng mga mahal mo sa buhay sa pamamagitan ng pagbahagi ng impormasyong ito sa kanila:

- Karamihan sa mga sexually active na tao ang magkakaroon ng HPV sa isang punto sa kanilang buhay.
- Kadalasan, hindi nakakapinsala ang HPV. Ngunit may iilang klase na maaaring magdulot ng genital warts. Ang iba naman ay maaaring maging sanhi ng cervical cancer at iba pang mga hindi karaniwang cancer.
- Maaaring magpabakuna ang mga lalaki at babae (na nasa edad 26 at pababa) laban sa HPV upang maiwasan ang pangkaraniwang mga problema na dulot ng HPV.
- Maiiwasan din ng mga kababaihan ang cervical cancer sa pamamagitan ng pagkukuha ng mga regular na Pap test at pag-follow up ayon sa rekomendasyon ng kanilang doktor.
- Para sa mga kalalakihan at kababaihan, maaaring makatulong maiwasan ang pagkakaroon ng HPV kapag gumamit ng condom sa bawat pagsisiping, mula sa simula hanggang pagtatapos. Ngunit ang tanging paraan upang maiwasan ang pagkakaroon ng HPV ay ang hindi makipagtalik.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa HPV, tumawag lamang sa:
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636) o
bumisita sa **www.cdc.gov/hpv**

Walang kailangang sisihin, walang kailangang ikahiya tungkol sa HPV.

**At least 50% of people
will get HPV at some point
in their lives.**

Most won't know they have it.

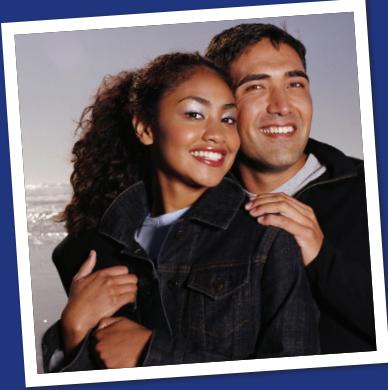


You can protect yourself and those you love from the possible effects of HPV.



**Centers for Disease
Control and Prevention**
National Center for Chronic
Disease Prevention and
Health Promotion

HPV
Common Infection.
Common Reality.[™]



This booklet will help answer your questions about:

■ What is HPV?	19
■ How Do People Get HPV?	21
■ Genital Warts and HPV	22
■ HPV and Women	24
■ HPV and Men	27
■ How Can Men and Women Prevent HPV?	29
■ Learn More	30
■ Resources	30

What is HPV?

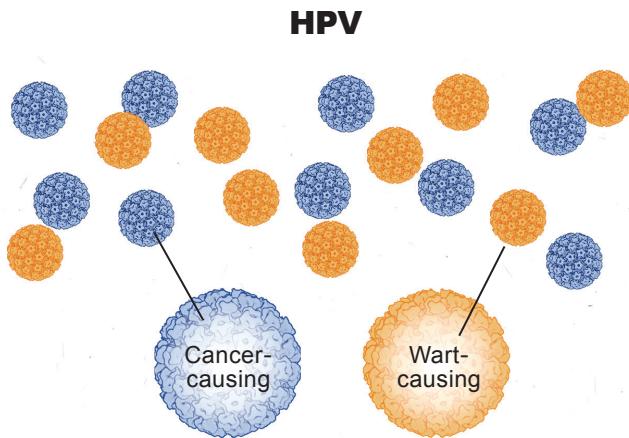
- Genital human papillomavirus (pap-ah-LO-mah-VYE-rus)—also called HPV, is a common virus that infects the skin cells.
- There are about 40 types of HPV that can infect the genital areas of men and women. These types are passed on through sexual contact.
- Usually, the body fights off HPV before it can cause health problems. For this reason, most people with HPV do not have symptoms and do not know they are infected.
- But sometimes, the body does not fight off HPV. In these cases, HPV can cause health problems, such as:
 - Genital warts in men and women;
 - Cervical cancer in women;
 - Other less common cancers in men and women, like anal cancer.
- HPV is common in both men and women.



Cancer is a disease that starts when cells in the body turn abnormal and grow out of control.

Among the HPV types that affect the genital areas:

1. Some can cause genital warts (see page 22).
2. Others can cause certain cancers (see pages 24 and 27).



The HPV types that can cause cancer are different than the types that can cause genital warts.

How can HPV cause certain cancers?

HPV can cause normal cells in the body to become abnormal. A person cannot see or feel these cell changes. In most cases, the body fights off HPV and the cells return to normal. But if not, HPV can turn cells into cancer over time. It takes years for cancer to develop, after a person gets HPV.

It is important to know that most of the time, people with HPV will not develop genital warts or cancers from it.

How Do People Get HPV?

- You can get HPV through sex or genital-to-genital contact with someone who has it. HPV may also be passed on during oral sex.
- Most people get HPV—and pass it on—without even knowing it.

You **CANNOT** get HPV from:

- Toilet seats;
- Hugging or holding hands;
- Being unclean (bad hygiene);
- Sharing food or utensils;
- Swimming in pools or hot tubs;
- Family history (heredity).



You can have HPV, even if:

- Years have passed since you were sexually active;
- You do not have any signs or symptoms.

Genital Warts and HPV

What are genital warts?

- Genital warts are visible bumps in the genital areas of men and women.
- They may be raised or flat, and small or large.
- They are usually painless.
- They are not life threatening. But they may be difficult for a person to cope with.



About 1% of sexually active people in the U.S. has genital warts at any one time.

How could I get genital warts?

- You can get genital warts from having sexual contact with a partner who has HPV, even if your partner does not have visible signs of warts.
- Warts may appear weeks, months, or years after you were exposed to HPV.
- For these reasons, there is no sure way to know when or from whom you got genital warts.

Is there a test to find genital warts?

There is no STD test for genital warts. However, doctors can do a visual inspection to look for genital warts. Some doctors may use a vinegar solution to help find warts—but this test can sometimes wrongly identify normal skin as a wart. If you think you may have genital warts, you should see a doctor or nurse.

Can genital warts be treated?

- Yes, there are many ways to treat genital warts, including creams and other treatments that you or your provider can apply. You can also have the warts frozen off or removed by a doctor.

- But treating genital warts does not necessarily cure the underlying HPV. For this reason, it is common for genital warts to come back after treatment, especially in the first 3 months.
- If left untreated, genital warts may go away, stay the same, or grow in size or number.

Genital HPV is not the same as HIV or herpes.

Are there ways to prevent passing genital warts to partners?

You can lower your chances of passing genital warts to partner(s) by avoiding sexual activity until the warts are gone. Consistent and correct condom use may also lower your chances of passing on genital warts to a partner, if the condom covers the infected area(s).

If I have genital warts, what does it mean for me and my partner?

- You should tell your partner if you have genital warts because they can be passed on to him or her. There are things you can do to lower your chances of passing warts on to partners [see above].
- Partners who have been together for a while tend to share HPV. Your partner likely has HPV already, even though he or she may have no signs or symptoms.
- You and your partner may benefit from screening for other sexually transmitted diseases (STDs).
- It is not clear if there is any health benefit to telling future sex partners about a past diagnosis of genital warts (once warts are treated and gone). That's because it is not known if or how long you would remain contagious after treatment.

HPV and Women

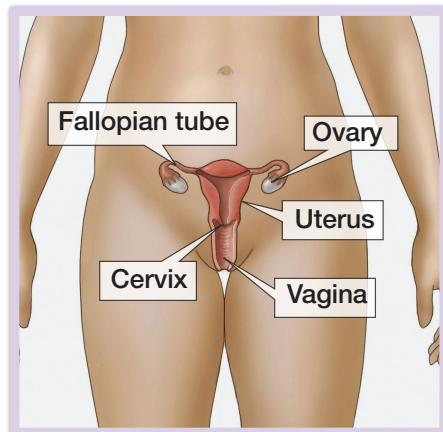
The most serious health problem in women caused by HPV is cervical cancer. HPV can also cause cancers of the vulva, vagina, anus, and oropharynx (a subset of head and neck cancers, around the back of the tongue and tonsils). But these cancers are much less common than cervical cancer.

What is cervical cancer?

Cervical cancer is when cancer begins to grow on a woman's cervix (opening of a woman's uterus or womb).

How common is cervical cancer?

Every year in the United States, about 12,000 women get cervical cancer. Any woman who has ever had sex is at risk for cervical cancer. It is most common in women ages 30 years and older. But cervical cancer is the most preventable female cancer-- both with HPV vaccines and regular screening tests (used to detect early signs of disease).



The good news is: cervical cancer is preventable with vaccines and regular screening tests.

See page 30 for resources to get more cancer information.

Screening Tests for Women

- Screening tests can find early problems before you get sick.
 - The Pap test is a screening test for cervical cancer. It looks for abnormal cells on your cervix that could turn into cancer over time. That way, problems can be found and treated before they ever turn into cancer.
 - Women should start getting Pap tests three years after they first have sex, or by age 21, whichever comes first.
 - After the first Pap test, women should get Pap tests at least once every 3 years.
 - It is important to get Pap tests even if you feel healthy.
 - If you have an abnormal Pap test, meaning your cervix has cell changes, be sure to see your doctor for follow-up appointments and testing.
 - An HPV test may also be used for cervical cancer screening. It checks your cervix for HPV, which can cause abnormal cells. If you are 30 years of age or older, your doctor may use this test at the same time as your Pap test.

Some women may not feel comfortable getting a Pap test. As a result, some Filipino women don't get screened and may be at higher risk of cervical cancer. Cervical cancer is among the top 8 cancers affecting Filipino women in the U.S. Available reports suggest that Filipino women in the U.S. are diagnosed with cervical cancer at higher rates than other women. However, studies in some parts of the U.S. suggest that Filipino women have better survival rates than other women. As more Filipino women get routine Pap tests, fewer are getting cervical cancer.

**Getting regular Pap tests can save a woman's life.
More than half of the women in the United States who develop cervical cancer have never or rarely had a Pap test.**



HPV Vaccines for Girls and Young Women

- Two vaccines (Cervarix and Gardasil) are available to protect females against the types of HPV that cause most cervical cancers. One of these vaccines (Gardasil) has also been shown to protect against cancers of the vagina, vulva and anus, and protects against most genital warts.
- These vaccines are given in 3 doses over 6 months.
- These vaccines are most effective when they are given before a person's first sexual contact. For that reason, they are recommended for all 11 or 12 year-old girls. But girls and women should get vaccinated through age 26 if they have not yet done so.
- The vaccines have been widely tested in girls and women. They are very safe and have no serious side effects. The most common side effect is soreness in the arm.
- The vaccines protect against new HPV infections. They do not cure existing HPV infections or disease (like genital warts). They also do not protect against all cervical cancers, so women who get vaccinated will still need regular Pap tests.

For more on HPV prevention, see page 29.

Females should get vaccinated against HPV to protect against the most common and serious HPV-related problems.

HPV and Men

- The most common health problem from HPV in men is genital warts. If you think you may have genital warts, you should see a doctor or other health care provider.
- Other HPV types can cause cancers of the penis and anus in men. These cancers are relatively rare. But they are more common in men with HIV and those who have sex with other men. Each year in the U.S., about 1,000 men get penile cancer, and about 1,700 men get anal cancer.
- HPV can also cause cancers of the oropharynx (around the back of the tongue and tonsils).



I heard about an HPV vaccine – can it help me?

- One available vaccine (Gardasil) protects males against most genital warts and anal cancers. This vaccine is available for boys and men ages 9 through 26 years.
- The vaccine is safe and effective. It is given in three shots over six months.
- Research is being done to study whether the vaccine may also protect men from other HPV-related cancers.

Is there a test for HPV in men?

- No. The only approved HPV test on the market is for women, to help screen for cervical cancer.

See page 29 for more about HPV prevention.

It is important to know that you can have HPV without any symptoms and pass it on to your sex partners.

There is No Blame or Shame in HPV:

- Many people who learn they have HPV want to know who gave it to them. But there is no way to know for sure.
- The virus is very common and usually has no symptoms. A person can have HPV for a very long time before it is found or starts causing health problems.
- For these reasons, HPV is not a sign that you or your partner is having sex with someone else outside of your relationship.
- If you have HPV, don't blame your current partner or assume your partner is cheating.

Talk openly and honestly with your partner about HPV and other STDs.

How Can Men and Women Prevent HPV?

- **Females and males can get vaccinated** to protect against the types of HPV that most commonly cause health problems. The HPV vaccine is most effective when given before a person's first sexual contact, when they could be exposed to HPV. Young sexually active people may also benefit from the vaccine.
- **Use condoms with every sex act, from start to finish.** Condoms can lower your chances of getting HPV, genital warts and cervical cancer. But HPV can infect areas that are not covered by a condom—so condoms may not fully protect against HPV.
- **Limit your number of partners.** The fewer partners you have, the lower your chances of getting HPV.
- **Be faithful to one partner.** The fewer partners your partner has had – the less likely he or she is to have HPV.

But the only sure way to avoid HPV is to avoid sexual contact.

A new condom should be used with each sex act. The condom should be put on BEFORE any genital, oral or anal contact – and kept on until sex is finished.

Learn More

For more information about HPV, HPV-related cancers, and genital warts, contact:

The Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636) (In English, en Español, free call, 24 hours a day, 7 days a week)

www.cdc.gov/hpv

The American Social Health Association

1-800-227-8922

www.ashastd.org

hpvnet@ashastd.org (email)

National Cancer Institute

www.cancer.gov

Resources

Free HPV vaccines for boys and girls (under 19 years-old):

The Vaccines for Children (VFC) Program offers free vaccines to children under 19 years-old, who are either uninsured or Medicaid-eligible.

www.cdc.gov/hip/vfc/

Some states also offer free or low-cost vaccines to people without insurance or whose insurance does not fully cover the cost of vaccines. These may be available through federally qualified health centers (FQHCs), rural health clinics (RHCs), and other sites depending on the state you live in.

Free or low-cost Pap tests for women:

Women, Infants, and Children (WIC) programs

www.fns.usda.gov/wic/

Medicaid

1-800-633-4227 (English only, free call)

www.cms.hhs.gov/RegionalOffices/

Medicare (if you're 65 years or older)

1-800-633-4227 (English only, free call)

www.medicare.gov/

**CDC National Breast and Cervical Cancer Early
Detection Program**

1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636) (In English, en Español, free call,
24 hours a day, 7 days a week)

apps.nccd.cdc.gov/cancercontacts/nbccedp/contactlist.asp

OR

(insert local Program information)

***Make an appointment today. Encourage your family to
make appointments too!***

Fast Facts

HPV is not something to fear.

Protect your health and the health of those you love by sharing this information with them:

- Most sexually active people will get HPV at some time in their lives.
- HPV is usually harmless. But some types can cause genital warts. Other types can cause cervical cancer and other less common cancers.
- Men and women (ages 26 and younger) can get vaccinated against HPV to prevent the most common health problems caused by HPV.
- Females can also prevent cervical cancer by getting regular Pap tests and following up as recommended by their doctor.
- Men and women can lower their chances of getting HPV by using condoms with every sex act, from start to finish. But the only sure way to prevent HPV is to not have sex.

For more information about HPV, call
1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)
or visit www.cdc.gov/hpv

There is no blame, no shame about HPV.